

# Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mereduksi Sikap Tidak Percaya Diri pada Siswa Korban *Bullying*

**Diterima:**

14 Mei 2023

**Revisi:**

27 Juni 2023

**Terbit:**

30 Juni 2023

<sup>1\*</sup>Difa Sukma Milenia, <sup>2</sup>Ulfa Danni Rosada

<sup>1,2</sup>*Bimbingan dan Konseling, Universitas Ahmad Dahlan*  
<sup>1,2</sup>*Yogyakarta, Indonesia*

*E-mail:* <sup>1</sup>*difa1800001192@webmail.uad.ac.id,*

<sup>2</sup>*ulfa.rosada@bk.uad.ac.id*

\*Corresponding Author

**Abstrak**— Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui layanan konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan sikap percaya diri pada korban *bullying* di SMP N 11 Yogyakarta. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan metode eksperimen. Dalam penelitian ini menggunakan desain *two group pretest-posttest design*, salah satu grup akan dipilih berdasarkan kriteria, kelompok yang akan dipilih yaitu kelompok eksperimen. Populasi yang digunakan yaitu siswa kelas VIII. Teknik yang digunakan adalah *purposive sampling*, yakni teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu oleh peneliti. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan skala. Alat untuk pengumpulan data menggunakan skala kepercayaan diri. Dalam analisis data bertujuan guna mengetahui ada tidaknya perubahan serta ingin mengetahui besar tingkatannya pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang diteliti dari mulai diberikan *pretest*, *treatment* sampai *posttest*. Siswa yang telah diberikan *treatment* ada kenaikan skor, pada kelompok eksperimen yang awalnya 63 menjadi 83,8. Sedangkan, hasil kelompok kontrol yakni dengan rata-rata 79,4 mengalami kenaikan kepercayaan diri. Hasil dari N-Gain Score kelompok eksperimen mengalami peningkatan lebih tinggi dari pada kelompok kontrol yaitu dengan skor  $20,8 > 14,6$ . Penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif untuk mereduksi sikap tidak percaya diri pada siswa.

**Kata Kunci**— Konseling Kelompok, Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), Percaya Diri, *Bullying*

**Abstract**— *This study aims to determine group counseling services using the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach to increase self-confidence among victims of bullying at SMP N 11 Yogyakarta. This research is a type of quantitative research using experimental methods. In this study using a two group pretest-posttest design, one group will be selected based on the criteria, the group to be selected is the experimental group. The population used is class VIII students. The technique used is purposive sampling, namely the technique of determining the sample with certain considerations by the researcher. Data collection techniques using interviews and scales. The tool for collecting data uses a confidence scale. In data analysis, it aims to determine whether there is a change and want to know the level in the experimental group and the control group studied, starting from being given pretest, treatment to posttest. Students who had been given treatment had an increase in score, in the experimental group which was initially 63 to 83.8. Meanwhile, the results of the control group, namely with an average of 79.4, experienced an increase in self-confidence. The results of the N-Gain Score in the experimental group experienced a higher increase than the control group, with a score of  $20.8 > 14.6$ . From the research that has been done, it can be concluded that group counseling services using the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach are effective in reducing students' self-doubt.*

**Keywords**— *Group Counseling, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Approach, Self-Confident, Bullying*

## I. PENDAHULUAN

Sekolah ialah tempat guna mencari ilmu serta menjadi tempat untuk untuk mengembangkan potensi yang anak miliki. Namun, pada proses menimba ilmu tidak semua berjalan dengan lancar. Dalam menimba ilmu tentunya sering menemui permasalahan yang ada kaitannya dengan hubungan sosial di sekolah. Salah satunya yaitu hubungan antara siswa. Hubungan sosial tidak akan selamanya berlangsung dengan baik, ada hambatan yang dialami oleh para siswa dalam menjalin hubungan sosial dengan siswa yang lain. Salah satu yang menjadi hambatan dalam hubungan sosial adalah terjadinya *bullying* antar siswa lain. Kasus *bullying* sering terjadi antar siswa, dan kebanyakan terjadi di lingkungan sekolah. Terjadinya *bullying* banyak di kalangan pelajar SD, SMP, maupun SMA. Dalam dunia pendidikan di Indonesia, kasus *bullying* yang terjadi sangat memprihatinkan. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyebutkan bila pada rentang waktu lima tahun yaitu dari tahun 2016 hingga 2020 ada 24.974 kasus pengaduan kekerasan terhadap anak (KPAI, 2021).

Terkait dengan kasus *bullying* yang terjadi dalam dunia pendidikan maupun media sosial, tercatat sudah mencapai 832 kasus dan hal tersebut terus saja meningkat. Menurut Schott (Darmayanti et al., 2019) mengatakan bahwa “fenomena *bullying* tidak hanya dilihat dari sudut pandang korban dan pelaku, tetapi hal itu lebih menitik beratkan pada aspek sosial yang melatar-belakangi fenomena itu bisa terjadi”. *Bullying* dikatakan terletak pada fenomena sosial, maka menurut Olweus (Darmayanti et al., 2019) mengatakan *bullying* merupakan masalah psikososial yang dilakukan dengan cara merendahkan dan menghina orang lain secara berulang-ulang yang menyebabkan efek negatif bagi korban maupun pelaku, yang mana pelaku *bullying* lebih memiliki kekuatan atau energi yang lebih daripada korban *bullying*. Riauskina, Djuwita, dan Soesetion (Azhari, 2017) mengatakan bahwa definisi *school bullying* adalah suatu tindakan agresif yang terjadi berulang kali dilakukan individu atau kelompok siswa yang mempunyai kekuasaan atas siswa lain yang dinilai lebih lemah, dengan niat membuat orang itu tersakiti. Terdapat berbagai bentuk *bullying*, termasuk *bullying* fisik, verbal, relasional, dan *cyber bullying*.

Perilaku yang biasanya muncul dari korban *school bullying* diantaranya yaitu tidak percaya diri, depresi, luka fisik, malu, sering sakit atau adanya gangguan kesehatan maupun gangguan psikologis, hingga perilaku yang fatal yaitu ingin mengakhiri hidupnya. Namun, perilaku yang sering muncul kepada korban *bullying* adalah merasa tidak percaya diri. Kepercayaan diri ialah faktor krusial bagi anak-anak ketika mereka menjalani kehidupan. Keyakinan pada diri sendiri memiliki dampak yang signifikan pada perkembangan mental serta karakter mereka. Anak-anak dengan ketahanan mental dan karakter yang kuat memiliki aset berharga untuk masa depan mereka saat memasuki usia dewasa, sehingga mereka bisa menghadapi setiap tantangan dengan cara yang lebih realistis. Lalu, kepercayaan diri juga menjadi sikap positif suatu individu yang fokus pada pengembangan nilai positif untuk diri sendiri dan lingkungan atau kondisi yang harus dihadapi. Menurut Afiatin dan Andayani (Komara, 2016) kepercayaan diri mencakup keyakinan seseorang terhadap kekuatan internal, kemampuan, serta keterampilan yang dimiliki seseorang.

Sementara menurut Willis (Komara, 2016), kepercayaan diri merujuk pada sikap seseorang yang merasa mampu serta yakin dalam menghadapi masalah dengan cara yang terbaik, serta mampu memberikan kebahagiaan kepada orang lain. Menurut Shertzer & Stone (Saputra, 2015) konseling merupakan sebuah tahapan bantuan yang konselor berikan untuk konseli yang bertujuan supaya konseli bisa mengerti terhadap diri sendiri lingkungan, serta memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan dan menetapkan berbagai hal yang diinginkan berdasar pada nilai-nilai yang diyakini olehnya. Hal ini bertujuan agar konseli dapat mencapai kebahagiaan dalam hidupnya. Sementara itu, Prayitno (Agdiyanti, 2018) mengartikan konseling kelompok menjadi layanan konseling individu yang dilakukan di konteks kelompok. Ellis (Corey, 2013) mengemukakan bila konseling REBT ialah sebuah tahap terapeutik yang tujuannya guna perbaiki serta rubah pikiran, persepsi, pandangan, serta keyakinan individu seseorang yang tidak rasional serta tidak logis berubah jadi rasional dan logis.

Menurut (Corey, 2013) ada tiga komponen penting yang membentuk tingkah laku manusia, antara lain *activating event* (A), *belief* (B), dan *emotional and behavioral consequences* (C). Struktur ini lalu dikenal sebagai teori ABC. Melalui konseling REBT, tujuannya adalah guna perbaiki serta mengubah sikap, pola pikir, keyakinan, persepsi,

pandangan yang tidak rasional pada konseli, sehingga dapat mengembangkan diri mereka dengan maksimal..

## II. METODE

Studi ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan metode eksperimen. Metode eksperimen adalah suatu pendekatan penelitian yang dipakai dalam mengidentifikasi pengaruh dari perlakuan tertentu pada variabel lain pada kondisi yang bisa dikontrol (Sugiyono, 2016). Pada desain *two group pretest-posttest design* ini ada satu grup yang akan dipilih berdasarkan kriteria oleh peneliti, yaitu kelompok eksperimen. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 11 Yogyakarta. Populasi yang dipakai yaitu siswa kelas VIII SMP Negeri 11 Yogyakarta. Teknik yang dipakai ialah *purposive sampling*, yakni teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan skala. Alat untuk pengumpulan data menggunakan skala kepercayaan diri. Data yang didapat di studi ini berupa angka atau kuantitatif yang mana dianalisis secara statistik. Dalam analisis data bertujuan guna mengetahui ada tidaknya perubahan serta juga ingin mengetahui besar tingkatannya pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang diteliti dari mulai diberikan *pretest*, *treatment* sampai *posttest*.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan *pretest* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Yogyakarta, tujuan dari adanya penelitian ini adalah untuk membantu para siswa meningkatkan kepercayaan diri mereka dengan layanan konseling kelompok yang dapat dijadikan tempat untuk bertukar pikiran/ide serta membantu para siswa untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami. Menurut Rasmini Konseling kelompok ialah sebuah bentuk layanan bantuan yang efektif dalam atasi sikap atau perilaku anak, misal pemahaman terhadap penyebab serta perasaan siswa yang menunjukkan agresi, pencegahan terhadap perkembangan masalah, pembantu dalam pengembangan kemampuan pribadi siswa, atau membantu menangani kesulitan individu dalam diri konseli (siswa), serta menangani konflik

antarpribadi dan memberikan solusi dalam pemecahan masalah. Dengan adanya layanan konseling kelompok ini diharapkan para siswa membuat keputusan yang tepat sehingga dapat berdampak baik untuk para siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri mereka akibat adanya *bullying*. Menurut Stuart *bullying* ialah perilaku agresif yang tidak diharapkan yang dialami di antara anak-anak usia sekolah. Perilaku ini mengikutsertakan kekuatan yang tidak seimbang, dan terjadi secara terus-menerus atau berpotensi untuk alami berulang.

Tercapainya suatu layanan konseling kelompok yang dilakukan oleh peneliti yaitu konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) membuat para siswa lebih meningkatkan kepercayaan diri mereka. Anthony (Handayani, 2018), berpendapat kepercayaan diri ialah sebuah sikap yang seseorang miliki yang memungkinkannya untuk menerima fakta, mengembangkan kesabaran, berpikir secara positif, bersikap mandiri, serta memiliki kemampuan dalam memperoleh dan mencapai apa yang diinginkannya. Dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok ini para siswa terlihat antusias, sehingga dalam waktu singkat para siswa sudah mulai bisa untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka secara perlahan-lahan. Hal ini berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agdiyanti, Via (2018) yang mengatakan bahwa konseling kelompok menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil  $z$  hitung  $z_{\text{experiment}} > z_{\text{kontrol}}$  ( $3,413 > 3,408$ ), hal ini menunjukkan  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima. Selain itu di dapat nilai rata-rata kelas pada kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol ( $87,33 > 59,93$ ), artinya dapat dinyatakan bahwa konseling kelompok menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa korban *bullying*.

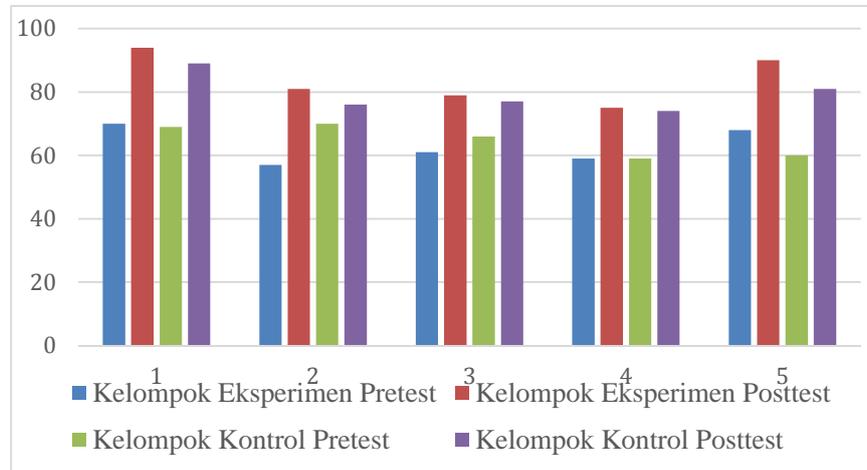
Penelitian ini, data *pretest* diambil menggunakan skala kepercayaan diri yang mempunyai 31 item pernyataan. Pelaksanaan studi ini dilanjutkan dengan pemberian *treatment* kepada 10 siswa yang terdiri atas 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. *Treatment* yang diberikan kepada 10 siswa tersebut adalah dengan kelompok eksperimen diberi layanan konseling kelompok memakai pendekatan REBT, sedangkan untuk kelompok kontrol tidak diberi layanan konseling kelompok. *Pretest* dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kondisi awal kepercayaan diri siswa sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Dari hasil dapat diketahui bahwa ada lima siswa yang

memiliki kategori rendah dan sedang dalam kepercayaan diri setelah dilakukan *pretest* pada kelompok eksperimen adapun skor rata-ratanya yaitu 63. Sedangkan, dari hasil dari kelompok kontrol dapat diketahui bahwa ada 5 siswa dengan kategori rendah dan sedang dalam kepercayaan diri, adapun rata-rata skornya yaitu 64,8. Siswa dari kelompok eksperimen yang telah diberikan *treatment* dengan layanan konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) mengalami perubahan. Ada kenaikan di rata-rata skor, yang awalnya 63 menjadi 83, 8.

Sedangkan, hasil *posttest* kelompok kontrol yakni dengan rata-rata 79,4 mengalami kenaikan kepercayaan diri. Namun, kenaikan rata-rata skor masih tinggi kelompok eksperimen yang diberikan *treatment* menggunakan konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Berdasarkan hasil uji normalitas diatas dapat diketahui nilai Sig. *pretest* kelompok eksperimen sebesar 0,406 dan nilai Sig. *posttest* kelompok eksperimen sebesar 0,605. Sedangkan untuk nilai Sig. *pretest* kelompok kontrol sebesar 0,287 dan nilai Sig. *posttest* kelompok kontrol sebesar 0,331. Data tersebut menunjukkan hasil Sig. *pretest* dan Sig. *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol lebih besar ( $>$ ) dari 0,05 sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Adanya data tersebut dilakukan uji-t dengan hasil diperoleh kelompok eksperimen dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000, sedangkan kelompok kontrol dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,006. Selanjutnya nilai Sig. (2-tailed) kedua kelompok akan dibandingkan dengan nilai alpha ( $\alpha$ ) = (0,05). Hasil perbandingan menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) dari kedua kelompok menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) lebih kecil ( $<$ ) dari nilai alpha ( $\alpha$ ) = (0,05) maka hasilnya yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya ada perbedaan skor *pretest* dan *posttest*.

Hal ini ditunjukkan dari skor rata-rata kepercayaan diri siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok. Kelompok eksperimen mengalami kenaikan yang signifikan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) daripada kelompok kontrol. Hasil analisis dari data di atas menunjukkan adanya kenaikan kepercayaan diri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen yang menggunakan layanan konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) mengalami kenaikan yang lebih besar dibanding kelompok kontrol. Hal ini dibuktikan dengan nilai mean

*pretest* kelompok eksperimen 63 dan mean *posttest* kelompok eksperimen 83,8 sedangkan mean *pretest* kelompok kontrol 64,8 dan mean *posttest* kelompok kontrol 79,4.



Gambar 1. Grafik Peningkatan Kepercayaan Diri Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Membandingkan skor perolehan mean gain score antar kedua kelompok memungkinkan untuk memastikan kelompok mana yang lebih efektif dalam memberikan *treatment*. Mean gain Score kelompok eksperimen lebih tinggi dari mean gain score kelompok kontrol yaitu  $20,8 > 14,6$ . Hasil dari penelitian yang dilakukan sudah sesuai dengan tujuan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yaitu memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan akan diri sendiri, serta pandangan para siswa yang irasional menjadi rasional, sehingga dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Menurut Ellis (Sari & Soejanto, 2016) formula yang disarankan guna mengubah keyakinan yang tidak rasional ialah melakukan *disputing* (melawan keyakinan tersebut).

Pada teori ini, *disputing* diilustrasikan melalui urutan A (*Activating Event*), B (*Believe*), C (*Consequences*), D (*Disputing*), E (*Effective*), dan F (*New Feeling*). Untuk mereduksi kepercayaan diri yang rendah para siswa diminta untuk menghilangkan

emosional yang dapat merusak diri, seperti takut, cemas, marah atau khawatir sebagai akibat dari berpikir irasional, penelitian ini juga bertujuan untuk melatih agar para siswa dapat menghadapi kenyataan secara rasional dengan membangkitkan kepercayaan diri dan kemampuan diri. Layanan konseling kelompok ini mengajarkan untuk para siswa berani dalam mengemukakan pendapatnya. Oleh karena itu, dalam penelitian ini layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif untuk mereduksi sikap tidak percaya diri atau para siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah.

Penelitian menunjukkan bahwa pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam konseling kelompok dapat efektif dalam mereduksi sikap tidak percaya diri pada siswa korban bullying . Berikut adalah beberapa poin yang menjelaskan efektivitas pendekatan REBT dalam mengatasi masalah tersebut: Identifikasi dan Pengubah Keyakinan Irasional: REBT bertujuan untuk membantu individu mengidentifikasi keyakinan irasional yang mendasari sikap tidak percaya diri mereka. Dalam konseling kelompok, siswa korban bullying dapat saling mendukung dalam mengidentifikasi keyakinan negatif dan merugikan tentang diri mereka sendiri. Kemudian, mereka dipandu untuk menggantikan keyakinan irasional tersebut dengan keyakinan yang lebih rasional dan positif.

Pengembangan Keterampilan Koping, REBT membantu siswa korban bullying dalam mengembangkan keterampilan koping yang efektif untuk menghadapi pengalaman bullying dan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Melalui konseling kelompok, mereka dapat berbagi pengalaman, strategi, dan dukungan satu sama lain dalam mengatasi dampak negatif dari bullying, . Mengubah Pola Pikir Negatif, REBT membantu siswa untuk mengubah pola pikir negatif dan self-talk yang memperkuat sikap tidak percaya diri. Dalam konseling kelompok, mereka diajarkan untuk mengenali dan menantang pikiran-pikiran irasional, serta menggantinya dengan pikiran yang lebih positif dan realistis. Penguatan Diri pada REBT mendorong siswa korban bullying untuk mengembangkan pemahaman tentang nilai dan kemampuan mereka sendiri. Melalui konseling kelompok, mereka mendapatkan dukungan dari sesama korban bullying yang juga mengalami masalah serupa.

Hal ini dapat memperkuat rasa percaya diri dan memberikan motivasi untuk mengatasi pengalaman bullying. Pembentukan Jaringan Sosial yang Sehat, Konseling

kelompok dalam pendekatan REBT memberikan kesempatan bagi siswa korban bullying untuk membentuk hubungan yang sehat dengan sesama korban dan mendapatkan dukungan dari mereka. Mereka dapat saling memahami, saling mendukung, dan berbagi strategi dalam menghadapi masalah yang sama. Penting untuk dicatat bahwa efektivitas pendekatan REBT dalam konseling kelompok dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor, termasuk karakteristik individu, keahlian konselor, dan lingkungan konseling. Diperlukan penilaian yang komprehensif dan pengaturan yang tepat untuk memastikan pendekatan ini sesuai dengan kebutuhan siswa korban bullying.

#### IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif untuk mereduksi sikap tidak percaya diri pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 11 Yogyakarta. Sebagaimana dibuktikan dari hasil penelitian adanya peningkatan kepercayaan diri siswa. Hasil N-Gain Score kelompok eksperimen mengalami peningkatan lebih tinggi dari pada kelompok kontrol yaitu dengan skor  $20,8 > 14,6$ . Serta dapat dilihat dari hasil uji *paired sample t-test* yang menunjukkan bahwa kelompok eksperimen dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000, sedangkan kelompok kontrol dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,006. Selanjutnya nilai Sig. (2-tailed) kedua kelompok akan dibandingkan dengan nilai  $\alpha ( ) = (0,05)$ . Hasil perbandingan menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) dari kedua kelompok menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) lebih kecil ( $<$ ) dari nilai  $\alpha ( ) = (0,05)$  maka hasilnya yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya ada perbedaan skor *pretest* dan *posttest*.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afrianto, I., & Ash-Shiddiqy, A. R. (2020). Boneka Tangan untuk Meningkatkan Pengetahuan Bullying pada Siswa Kelas IV SDN Ujung Menteng 07 Pagi. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 4(2), 187–195.
- Agdiyanti, V. (2018). *Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Rational Emotive Behaviour Therapy Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta*

- Didik Korban Bullying Di Sma Yp Unila Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018* [Phd Thesis]. Uin Raden Intan Lampung.
- Azhari, K. A. (2017). *Hubungan perilaku perundungan (Bullying) terhadap kejadian gejala depresi pada pelajar SLTA di kota Jakarta pusat tahun 2017* [B.S. thesis]. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif .
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Darmayanti, K. K. H., Kurniawati, F., & Situmorang, D. D. B. (2019). Bullying di sekolah: Pengertian, dampak, pembagian dan cara menanggulangnya. *PEDAGOGIA*, 17(1), 55–66.
- Fauziah, F., Neviyarni, N., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2020). Modifikasi konseling kelompok untuk siswa dengan pendekatan rational emotive behavior therapy (REBT) di tengah pandemi covid-19. *Consilium: Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 7(2), 52-59.
- Gunawan, I. M., Hartati, A., & Mulachela, F. S. (2020). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Siswa di SMKN 4 Mataram. *Jurnal Paedagogy*, 7(4), 385–392.
- Handayani, S. (2018). *Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas Vii Smp Kartika Ii-2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019* [Phd Thesis]. Uin Raden Intan Lampung.
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar dan perencanaan karir siswa. *Jurnal Psikopedagogia*, 5(1), 33–42.
- KPAI, R. (2021). *Data Kasus Perlindungan Anak 2016-2020*. <https://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-perlindungan-anak-2016-2020>
- Rachmawati, L. (2019). *Penerapan teknik role-playing dalam konseling REBT untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik siswa smp* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Malang).
- Saputra, W. N. E. (2015). Evaluasi Program Konseling di SMP Kota Malang: Discrepancy Model. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling Vol*, 1(2).
- Sari, E. K. W., & Soejanto, L. T. (2016). Keefektifan Konseling Kelompok REBT untuk Meningkatkan Self Esteem Mahasiswa. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 1(2), Article 2.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Thahir, A., & Firdaus, F. (2017). Peningkatan Konsep Diri Positif Peserta Didik di SMP Menggunakan Konseling Individu Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 4(1), 47-64.

